

PSIKOEDUKASI UNTUK MENCEGAH PERILAKU BULLYING PADA SISWA-SISWI SD MUHAMMADIYAH 3 GRESIK "SAY NO TO BULLYING"

Amalia Suci Rahmadani¹, Dea Fitria Pavita², Mariyatul Qibtiyah³

¹Dosen Program Studi Psikologi, ²Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

Email:

liyuliyul03@gmail.com, DeaFitriaumg@gmail.com, qibtiyahm082@gmail.com

ABSTRAK

Bullying menjadi suatu hal yang memprihatinkan saat ini, karena memiliki dampak yang serius terhadap tumbuh kembang anak usia sekolah dasar. Banyak faktor yang melatar belakangi seseorang melakukan pelecehan atau perundungan, salah satunya adalah keyakinan pelaku bahwa tindakannya bukan merupakan bullying. Pencegahan perundungan di sekolah dapat dilakukan dengan meningkatkan pengawasan dan memberikan hukuman yang setimpal kepada pelaku kejahatan. Solusi lainnya adalah meningkatkan kesadaran melalui berbagai metode.

Cara lainnya adalah dengan mengintegrasikan materi tentang bullying ke dalam pembelajaran yang akan memberikan dampak positif bagi perkembangan pribadi siswa. Dalam kegiatan ini kami berusaha untuk ikut serta dalam mencegah tindakan bullying pada siswa/siswi Sekolah Dasar Muhammadiyah 3 Gresik. Lingkungan sekolah dasar merupakan lingkungan yang sangat rawan akan terjadinya bullying. Dalam kegiatan ini kami juga melakukan evaluasi dengan membagikan beberapa pertanyaan tentang bullying untuk mengukur seberapa pemahaman siswa/siswi.

KataKunci:Psikoedukasi, Bullying, Cara Pencegahan, Sekolah Dasar

ABSTRACT

Bullying is a matter of concern today, because it has a serious impact on the growth and development of elementary school-age children. There are many factors behind someone committing harassment or bullying, one of which is the perpetrator's belief that his actions do not constitute bullying. Prevention of bullying in schools can be done by increasing supervision and providing appropriate punishment to perpetrators. Another solution is to raise awareness through various methods.

Another way is to integrate materials about bullying into learning that will have a positive impact on students' personal development. In this activity we try to participate in preventing bullying in students of Muhammadiyah 3 Gresik Elementary School. The elementary school environment is an environment that is very prone to bullying. In this activity we also conducted an evaluation by distributing several questions about bullying to measure the understanding of students.

Keywords: Psychoeducation, Bullying, Prevention, Elementary School.

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sosial seorang manusia terdapat berbagai tahapan. Ketika masih kecil, anak akan tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga. Pertama kali anak berinteraksi adalah dengan orang tua atau anggota keluarganya. Orang tua akan menanamkan nilai-nilai perilaku pada anaknya

pada tahap ini. Seorang anak akan tumbuh dan berkembang menjadi remaja hingga dewasa. Perilaku remaja juga akan membaik dan beradaptasi dengan usianya serta rutin berkomunikasi dengan teman sebayanya.

Komunikasi ini secara langsung akan meningkatkan perilaku sosial remaja. Dalam perilaku sosial ini, sifat perilaku anak sangat bergantung pada tata karma yang sedari kecil sudah ditanamkan dalam keluarga. Pada tahap ini, anak akan belajar bagaimana berperilaku berdasarkan apa yang sudah diajarkan orang tuanya ketika ia masih kecil. Apanila perilaku-perilaku yang diajarkan pada usia dini tidak diserap dengan baik, maka akan menimbulkan keterbelakangan psikologis dan perilaku buruk.

Salah satu dampaknya adalah banyak generasi muda yang berperilaku diluar batas kewajaran, seperti kenakalan remaja atau *delinquency* (kejahatan) lainnya, misalnya bullying. Kata bullying berasal dari Bahasa Inggris, khususnya kata bull yang mengacu pada seekor banteng yang suka menyeluduk kesana kemari. Dalam Bahasa Indonesia, secara etimologis kata bully berarti mengancam, dan orang yang suka mengganggu yang lemah. Sedangkan dari segi terminology, pengertian bullying adalah keinginan untuk menyakiti. Keinginan ini nantinya diperlihatkan kedalam sebuah aksi dengan tujuan membuat seseorang menderita.

Tindakan ini dilakukan oleh orang atau kelompok yang berkuasa dan tidak bertanggung jawab. Kegiatan ini dilakukan secara berulang-ulang dan dilakukan dengan perasaan yang senang. Dan sudah banyak terjadi pada lingkungan sekolah. Remaja atau anak-anak yang melakukan tindakan ini tidak mengenal jenis kelamin atau umur. Banyak dari korban bullying yang mengalami gangguan kesehatan, termasuk gangguan fisik atau mental. Resiko lain yang mengakhawatirkan dan sangat merugikan bagi remaja atau anak-anak adalah masalah mental, termasuk masalah kejiwaan seperti depresi, kesehatan fisik (ketegangan otot, sakit perut, dll), merasa cemas terus-menerus, dan ketidaknyamanan ketika berangkat sekolah atau di tempat umum serta akan mempengaruhi prestasi akademik anak dan perilakunya di masyarakat.

Seperti salah satu contoh kasus korban bullying yang baru ini heboh di Gresik, Jawa Timur. Seorang siswi kelas 2 SD mengalami buta permanen pada mata kanannya akibat diduga ditusuk dengan tusuk bakso oleh kakak kelasnya. Peristiwa yang menimpa siswi kelas 2 SD ini berinisial SAH yang berdomisili di Menganti, Gresik pada tanggal 7 Agustus kemarin. Menurut ayah korban, kejadian itu bermula ketika sekolah menggelar lomba dalam rangka memperingati HUT RI ke-78.

Waktu itu SAH mengikuti lomba di halaman sekolah. Tapi tiba-tiba dia ditarik oleh siswa lain yang diduga kakak kelasnya dan dibawa ke sebuah gang di sekitar lingkungan sekolahnya. Dia dipaksa memberikan uang jajannya, namun SAH menolak sehingga membuat pelaku marah hingga menusuk mata kanan korban menggunakan tusukan bakso. Menurut penuturan SAH, dirinya mengaku kalau ternyata sering mendapati tindakan perundungan sejak masih kelas 1 SD.

Untuk itu melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini kami berusaha untuk membantu kepada para generasi muda, khususnya para

remaja dengan melakukan edukasi mengenai pencegahan bullying terhadap anak-anak dengan harapan agar mereka tidak menjadi korban bullying atau pun pelaku dalam bullying dan mengurangi tindakan bullying di lingkungan sekolah. Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Muhammadiyah 3 Gresik. Kegiatan ini dilaksanakan pada program kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik kelompok 20 Universitas Muhammadiyah Gresik.

Adapun tujuan dari program kerja “Psikoedukasi untuk Mencegah Perilaku Bullying Pada Anak Sekolah Dasar” di SD Muhammadiyah 3 Gresik, yaitu untuk mencegah terjadinya bullying yang sudah marak di lingkungan sekitar yang tidak bisa dicegah, untuk memperluas pengetahuan dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengetahui tentang apa itu bullying. Melalui program ini, siswa diharapkan dapat mencegah atau mengurangi dan mengantisipasi terjadinya perundungan dan membantu teman atau orang disekitarnya jika teman atau orang disekitarnya menjadi korban atau pelaku perundungan.

Dengan kegiatan ini diharapkan mampu membentuk karakter siswa/siswi menjadi lebih baik lagi, tidak ada lagi kesenjangan diantaranya. Mampu belajar untuk menghargai satu sama lain. Dan kami dari prodi psikologi kelompok 20 KKN Tematik Universitas Muhammadiyah Gresik, berharap mampu menciptakan keselarasan dan antusiasme yang utuh dalam mencapai sesuatu yang bisa menjadi kesuksesan besar.

METODE PELAKSANAAN

Untuk mencapai tujuanyang diharapkan, program KKN di Desa Pulo Pancikan, kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik. Pelaksanaan program ini dilakukan dengan memberikan psikoedukasi secara langsung mengenai bagaimana dampak yang ditimbulkan dari bullying, bagaimana bentuk-bentuk bullying, dan cara pencegahan atau melawan bullying kepada siswa kelas 5 SD Muhammadiyah 3 Gresik, sebagai peserta, dengan menggunakan PPT dan video sebagai media dari program. Tujuannya adalah agar siswa dapat mencerna informasi dengan lebih mudah dengan bantuan media visual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan sosialisasi, kami melakukan observasi terlebih dahulu, dari hasil obervasi yang didapatkan kami mengetahui bahwa terdapat beberapa siswa kelas 5 SD Muhammadiyah 3 Gresik yang menjadi korban bully, salah satu siswa mengaku suka diejek oleh teman-temannya karna fisiknya yang dianggap tidak seperti teman-teman lainnya, terdapat salah satu siswa yang selalu menggunakan masker, Ketika ditanya ia menjawab bahwa ia selalu menggunakan masker karna ia sering dibully oleh teman-temannya.

Sosialisasi ini kami laksanakan pada hari jumat, 15-september-2023 di ruangan kelas 5 SD Muhammadiyah 3 Gresik, siswa-siswi dikelas 5 ini berjumlah 17 orang, sosialisasi ini dimulai pada pukul 08.00 WIB. Kami

menyampaikan materi sosialisasi secara bergantian dengan Bahasa yang mudah dipahami oleh anak sekolah dasar, di awal waktu mulai sosialisasi kami sempat memberi pertanyaan pada siswa-siswi apakah mereka mengetahui apakah itu bullying?.

Namun ternyata siswa sudah dapat mendeskripsikan contoh perilaku bullying yang sering terjadi di sekitar mereka. Materi yang kami sampaikan berisi: pengertian bullying, macam-macam bentuk bullying beserta contohnya, penyebab seseorang melakukan bullying, dampak bullying bagi korban dan pelaku, dan juga bagaimana cara mencegah dan melawan bullying. Ditengah pemberian materi kami juga menyelipkan kegiatan bernyanyi bersama, kami menyanyikan lagu anti bullying. Setelah menyanyi kami melanjutkan pemberian materi. Setelah materi selesai kami juga memberikan beberapa soal kuis berhadiah. Antusias siswa-siswi sangat tinggi, terbukti saat kuis berlangsung mereka semua mengangkat tangannya untuk berebut menjawab pertanyaan yang diberikan.

Kata Bullying berasal dari bahasa Inggris, tepatnya dari kata bull yang artinya banteng yang suka menyeruduk kesana kemari. Secara etimologis, kata bully merujuk pada seorang penguasa yang mengancam pihak yang lemah. Di sisi lain, definisi bullying adalah "keinginan untuk menyakiti itu secara terminologi. Hasrat ini dilakukan dengan senang hati oleh pelaku dan kerugiannya cukup berat bagi korbannya". Pelaku bullying seringkali lebih menonjol dibandingkan korban bullying, baik dalam perilaku sosial maupun fisik, dan sering kali mencoba untuk memamerkan kekuatannya kepada teman-temannya (Astuti, 2008).

Bullying merupakan salah satu bentuk perilaku kekerasan di mana paksaan psikologis maupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang "dikalahkan" oleh orang atau sekelompok orang lain. Pelaku bullying yang sering disebut dengan pelaku perundungan ini bisa satu orang, namun bisa juga sekelompok orang, dan ia merasa berhak melakukan apa pun terhadap korbannya. Korban juga menganggap dirinya lemah dan tidak berdaya serta selalu merasa terancam oleh pelaku intimidasi. (Jurnal pengalaman intervensi diambil dari sejumlah kasus intimidasi, Djwita, 2005; 8, dalam Ariesto 2009).

Menurut Barbara Coloroso, bentuk-bentuk bullying dibedakan menjadi empat jenis, yaitu:

Penindasan secara verbal; Bullying dapat berupa hinaan, makian, fitnah, kritik kejam, makian, komentar yang menyinggung secara seksual atau pelecehan seksual, terorisme, surat ancaman, tuduhan palsu yang tidak benar, gosip dan lain-lain.

Ancaman fisik; Perilaku bullying tersebut antara lain memukul, menendang, menampar, mencekik, menggigit, mencakar, meludah, serta merusak dan menghancurkan benda milik orang yang ditindas. Meskipun pelecehan merupakan bentuk yang paling jelas dan mudah diidentifikasi, insiden pelecehan fisik tidak sebanyak bullying dalam bentuk lainnya. Anak-anak bahkan remaja yang sering melakukan intimidasi fisik umumnya adalah anak-anak bermasalah dan cenderung terus-menerus melakukan perilaku kriminal.

Penindasan relasional; adalah pelemahan sistematis terhadap martabat korban dengan mengabaikan, mengasingkan atau mengasingkan diri. Penindasan dapat mencakup perilaku yang: tersembunyi, seperti tatapan mata yang agresif, tatapan, desahan, cekikikan, tawa mengejek, dan gerak tubuh yang mengejek. Bullying relasional mencapai puncaknya pada awal masa remaja, karena pada masa ini mengalami perubahan fisik, perasaan psikologis dan seksual remaja muncul ketika remaja mencoba mempersepsikan dirinya dan teman sebayanya. Pelecehan dalam bentuk ini umumnya merupakan pelecehan yang sulit dideteksi dari luar.

Penindasan elektronik; adalah suatu bentuk intimidasi yang dilakukan oleh tersangka dengan menggunakan sarana elektronik, misalnya komputer, telepon seluler, Internet, website, chat room, email, pesan teks, dan lain-lain. Penindasan elektronik sering kali ditujukan untuk menyorok korbannya, menggunakan postingan, animasi, foto, dan rekaman video atau film yang mengancam, merusak, atau menyinggung.

Amalia Suci R.: Selanjutnya Muhammad Mabur Haslan mengatakan bahwa perilaku perundungan bullying tentu berdampak pada korban, baik dampak fisik dan psikologis, diantaranya dampak fisik, dampak psikologis, dampak sosial dan dampak akademik.

Dampak psikologis, korban akan selalu merasa depresi, takut dan cemas sehingga mempengaruhi konsentrasi dalam belajar. Bahkan, dalam jangka panjang hal itu dapat juga mempengaruhi kejiwaan siswa. Ini akan menuntun mereka menghindari sekolah dan memunculkan perilaku menarik diri dari lingkup pergaulan. Dampak fisik terhadap korban adalah mengalami lebam dibagian tubuhnya karena tendangan yang begitu keras, wajah korban berlumuran darah karena cakaran pelaku. Dampak psikologis, yang dialami korban lesu, minder, takut, cemas dan kurang percaya diri. Dampak sosial, suka menyendiri, menarik diri dari pergaulan teman-temannya, malas ke sekolah bahkan ingin pindah sekolah (2019: 15). Sedangkan dampak akademik yang dialami korban, yaitu sangat pasif saat pelajaran berlangsung, tidak ada perkembangan dari hasil belajarnya, bahkan dengan kondisi yang dialami ini, korban mau pindah sekolah namun orangtuanya tidak mengizinkan.

Berdasarkan laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2002) tentang kekerasan dan kesehatan merekomendasikan empat langkah utama dalam proses mengurangi dan mencegah kekerasan: Mengumpulkan pengetahuan sebanyak mungkin tentang fenomena kekerasan pada tingkat lokal, nasional, maupun internasional, Menyelidiki penyebab terjadinya kekerasan, Mencari cara untuk mencegah kekerasan dengan merancang, mengimplementasikan, memantau, dan mengevaluasi intervensi, Mengimplementasikan intervensi dari berbagai pihak, menentukan eektivitas biaya dari intervensi tersebut serta menyebarkan informasi tentang mereka.

Dalam penelitian ini bentuk-bentuk perilaku bullying yang terjadi di tingkat sekolah dasar bersifat fisik, berupa mengolok-olok teman dengan sebutan yang tidak baik, pemanggilan nama orang tua, psikis dengan cara menghindar dan diam dengan teman atau tidak mau diajak berkomunikasi.

Pada dasarnya bullying terbagi menjadi tiga. Bullying adalah bullying secara fisik, psikologis, dan verbal (Chakrawati, 2015).

Dalam mencegah terjadinya bullying, guru menjelaskan kepada siswa untuk selalu bersikap baik terhadap sesamanya, selalu memotivasi siswa untuk berperilaku baik, dan menerapkan sanksi atau hukuman kepada pelaku bullying, serta memotivasi siswa untuk berhenti melakukan bullying lagi. Perilaku bullying di sekolah dapat dihindari dengan membentuk membentuk kepribadian dan karakter yang baik pada diri siswa. Guru selalu memberikan peringatan tegas terhadap tindakan bullying. Guru mempunyai peranan yang sangat penting dalam berbuat baik dan memberi contoh dalam mengurangi perilaku bullying di kalangan siswa (Hendriati, 2009). Dalam penelitian tersebut, perilaku guru juga mempengaruhi perilaku bullying siswa. Menurut Darajat,

2005, guru yang berperilaku baik akan mengurangi tingkat bullying di kalangan siswa. Profesi guru dapat dikatakan sebagai suatu profesi pada umumnya yang memerlukan kepribadian yang baik dan mental yang tangguh agar mampu menjadi teladan bagi peserta didik dan masyarakat sekitar. Dzakiyh Drajat mengatakan tentang kepribadian seorang guru sebagai berikut: "Setiap guru pasti mempunyai kepribadian yang menjadi teladan bagi siswanya, baik disengaja maupun tidak disengaja. Berbagai upaya preventif merupakan bagian dari upaya pencegahan. Upaya tersebut sejatinya bertujuan untuk membentuk sikap dan karakter siswa dewasa serta mencegah siswa melakukan tindakan kekerasan bullying.



Dalam menangani bullying, guru berkolaborasi dan berkoordinasi dengan orang tua. Koordinasi berlangsung sepanjang semester, biasanya pada awal dan akhir semester. Koordinasi dilakukan untuk memantau perkembangan perilaku siswa. Dalam menghadapi bullying, guru harus mempunyai pengetahuan tentang bullying dan cara mengatasinya. Diharapkan guru mampu mengelola dan mengidentifikasi perilaku bullying yang terjadi pada siswa (Mandy dan Sascha, 2012). Selanjutnya dalam menghadapi bullying, guru selalu memarahi dan menasihati pelaku bullying dan korbannya untuk berolahraga dan pelaku bullying dipanggil oleh orang tuanya. Lebih lanjut, upaya ini dilakukan untuk memberikan efek jera kepada pihak penyerang. Hal ini sesuai dengan pandangan (Muis & Mufidah 2018) bahwa dalam hal ini guru hendaknya segera mengatasi permasalahan tersebut hingga teratasi. Entah itu berhadapan dengan pelaku, korban, reinforce, dan lain-lain. mereka yang terlibat dalam pelecehan. Hal ini juga mencakup

pemahaman konsekuensi yang akan diterima anak dari sekolah jika melanggar peraturan dan disiplin sekolah.

KESIMPULAN

Dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan atau sosialisasi tentang cara mencegah bullying di jenjang Sekolah Dasar khususnya di SD Muhammadiyah 3 Gresik yang ada di Desa Puloancikan, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik. Dapat disimpulkan bahwa tindakan bullying dapat dicegah dengan memberi pemahaman sedini mungkin bagi siswa/siswi sehingga dapat menghindarkan adanya korban bullying dan pelaku bullying.

Karena bullying ini merusak moral dan sikap yang berada di sekolah maupun lingkungan keluarga. Jadi sebisa mungkin dilakukan pencegahan, bukan hanya ketika pihak yang memiliki peran dalam karakter seorang anak. Hasil pelaksanaan program kerja ini menunjukkan siswa mampu dalam memahami materi yang di sajikan pada sosialisasi mencegah perilaku bullying.

DAFTAR PUSTAKA

Ariesto (2009). Pelaksanaan. Program Antibullying Teacher Empowerment.

Chakrawati, F. (2015). *Bullying Siapa Takut?* Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka

Mandiri Coloroso, B. (2007). *The Bully, The Bullied, and The Bystander*. New York: HarperCollins. Ela Zain Zakiyah, Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying, 327

Hendriati Agustiani. (2009). Psikologi Perkembangan (*Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*). Refika Aditama.

Mabrur Haslan, Muhammad , 2020, *Pola Penanganan Korban Perilaku Bullying Pada Siswa SMPN Se-Kecamatan Kediri Kabupaten Lombok Barat*, Laporan Hasil Penelitian, Dibiayai DIPA BLU PNBPU Universitas Mataram.

Mandy G., dan Sascha H. (2012). *Correlates of teachers' ways of handling bullying*. School Psychology International, 34(3) 299-312

Mandy G., dan Sascha H. (2012). *Correlates of teachers' ways of Handling bullying*.

School.Psychology International, 34(3), 299-312

Mufidah, F. A. N. dan Muis, T. 2018. Studi Tentang Perilaku Bullying Serta Penangannya Pada Siswa SMP Negeri 2 Palang, Tuban, *Jurnal BK UNESA*,

8(2), 206-212.

Yuyarti, Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter, *Jurnal Pendidikan UNNES* 8, no.2 (2018): 170.

Zakiyah Darajat. (2005). *Kepribadian Guru*. Jakarta: Bulan Bintang Edisi VI

Widiharti, & Sari, D. J. E. (2023). *Analisis faktor yang mempengaruhi intensi terhadap pelaksanaan discharge planing berdasarkan Theory of Planned Behavior (TPB)*. 14(1).

Yunita, N., Fathoni, M., Agustin, A. A., & Fitria, N. (2023). *Menumbuhkan Jiwa Nasionalisme dan Semangat Belajar*. 6, 2208–2215. <https://doi.org/10.31604>

Link Berita:<https://www.bbc.com/indonesia/articles/czr1xkdvk8jo> diakses pada Rabu, 27 September 2023 pada jam 08.55 WIB